

中央区役所

〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

お待たせしました！ 7月2日、中央公民館 リニューアルオープン

地震で被災した中央公民館が再建し、利用できるようになります。



☎7月2日(火)～(午前8時半～午後10時・月曜休館) 場 中央区草葉町5番1号

(中央公民館 ☎353-0151)

くまもと防災食フェア2019開催

災害に備えることの大切さを伝えて、防災意識を高めることを目的とした「くまもと防災食フェア2019」を開催します。フリーズドライなど保存性の高い食品(防災食)をはじめ防災関連グッズを扱ったブースが来店。

☎7月20日(土)・21日(日) 午前11時～午後5時 場 白川公園

(中央公民館 ☎353-0151)

【講座】そなえる防災講座 無料

☎7月31日(水) 午前10時～正午 場 くまもと県民交流館パレア9階会議室2(中央区手取本町8番9号) 題 気象予報士からの防災アドバイス 師 栗原めぐみさん(RKK気象予報士) 定 35人(先着順) 申 7月5日から電話(☎334-1500)またはホームページ(higomaru-call.jp)でひごまるコールへ ※本講座は、7～12月で全6回開催予定。

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)

中央区「住まい再建のための個別相談会」を開催します 無料

☎8月16日(金)・17日(土) 午前9時半～午後3時20分 ※各回20分

【予約時間帯】

- 午前部 ①午前9時半～9時50分
②午前10時～10時20分
③午前10時半～10時50分
④午前11時～11時20分
⑤午前11時半～11時50分
- 午後部 ⑥午後1時～1時20分
⑦午後1時半～1時50分
⑧午後2時～2時20分
⑨午後2時半～2時50分
⑩午後3時～3時20分

場 市庁舎14階大ホール 題 1.法律相談 2.民間賃貸住宅相談 3.ローン・家計相談 4.住宅融資相談 5.その他被災者支援制度相談 対 市内にお住まいで熊本地震により被災された方 申 7月16日～8月9日の平日午前9時から午後4時まで電話で中央区地域支え合いセンター(☎328-2105)へ(事前予約制・1世帯で2枠まで予約可) ※先着順

認知症介護家族のつどい 「こもれびひろば」

☎7月19日(金) 午後1時半～3時半

場 水前寺高齢者複合施設(中央区国府1丁目3-15) 対 認知症介護家族 費 100円 申 電話でささえりあ水前寺(☎362-0065)へ



認知症介護家族のつどい 「もやいのひろば」

☎7月27日(土) 午後1時半～3時半

場 風流街もやい館グループホーム五福(中央区細工町4丁目34-1) 対 認知症介護家族 費 100円 申 電話でささえりあ熊本中央(☎319-0222)へ(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

【講演会】 Café型健康サロン特別講演

熊本地震後、みなし仮設住宅の入居者や地域の住民の方を対象に、健康づくりの場としてCafé型健康サロンを開催しています。今回は特別講演として「誰でも引き締まる4秒筋トレ」監修の熊本大学の都竹 茂樹教授による実技を交えた講話を開催します。

☎7月5日(金) 午後2時～3時 場 熊本市総合体育館・青年会館2階研修室 題 カラダの引き締め方教えます！4秒筋トレ実践編 師 都竹 茂樹さん(熊本大学教授システム学研究センター教授) 対 市内に住むか通勤・通学する方 定 50人程度(先着順) 費 100円 申 当日直接会場へ(会場の駐車場は利用できません。公共交通機関でお越しください。)

(中央区役所保健子ども課 ☎328-2419)

新しい自治会長さんです(4月30日までの届出)

(敬称略)

- | | | | |
|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 榮田 晶夫(出水1) | 福田 里恵(向山19) | 中原 正博(白川7) | 藤中 重美(託麻原11) |
| 瀨本 正信(出水3) | 羽柀田 司(五福9) | 岡 俊比古(砂取1) | 中尾 憲征(白山4) |
| 前田 文徳(出水南6) | 金城 博之(城東16) | 中山 保隆(碩台9) | 高本 徹(白山7) |
| 小野寺 武治(黒髪4) | 馬本 千鶴子(白川12) | 田上 トヨ子(碩台16) | 徳永 芳満(春竹9) |
| 赤池 雄治(黒髪5) | 木下 直之(白川15) | 山下 昭典(託麻原5) | 内田 恵一(春竹15) |

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)

東区役所

〒862-8555 東区東本町16-30 ☎367-9111

認知症家族の会 「やすらぎとまりぎ」

気軽に立ち寄れる認知症家族の会です。ささいな事からお気軽に！毎月休みなく開催しています。

期 第2木曜日・第3金曜日・第4土曜日 時 午後1時半～3時半 場 グループホームほほ笑み(東区戸島西5丁目5-26) 費 100円 申 電話でささえりあ託麻(☎380-7078)へ

「住まい再建のための個別相談会」を開催します 無料

熊本地震により被災された方の「住まい再建のための個別相談会」を実施します。

☎7月27日(土) 午前9時半～午後4時10分 場 東区役所1階

- 午前部 ①9時半～10時
②10時10分～10時40分
③10時50分～11時20分
④11時半～12時
- 午後部 ⑤1時～1時半
⑥1時40分～2時10分
⑦2時20分～2時50分
⑧3時～3時半
⑨3時40分～4時10分

【相談コーナー】住宅融資相談、住宅再建相談、民間賃貸住宅相談、法律相談、被災者支援制度に関する相談など ※相談会への参加は事前申込(①～⑨の時間帯)が必要となります。

☎7月5日～19日の平日午前9時～午後4時まで東区役所地域支え合いセンター(☎367-9267)へ(先着順)

東区ニュース

震災対処実動訓練を実施しました

4月20日に大規模地震を想定した震災対処実動訓練を市内各地で実施しました。熊本地方を震源とする震度6強の地震が起きたと想定し、指定避難所に担当の市職員、学校長、地域住民が協力しながら避難所を開設しました。

市内で最も被害の大きかった秋津校区の訓練には、最多となる約千人が参加しました。避難訓練に加え、資機材取扱訓練、福祉避難所連携訓練、非常食(アルファ米)調理訓練、秋津校区防災連絡会による熊本地

保育園避難訓練の様子→



震記録DVD放映などを行いました。

多くの住民が学校・行政と連携した防災訓練を行うことで、それぞれの役割を再認識し、災害に対する住民の防災意識を高めることができました。

東区役所は、熊本地震を風化させないよう、今後も地域と行政が連携することで、安全・安心なまちづくりを進めていきます。

福祉避難所連携訓練・保健師健康チェック訓練の様子→



(東区役所総務企画課 ☎367-9121)

<発達気になるお子さんのママ・パパへ> りらくまカフェ 無料

お子さんの発達や関わり方について、子どもの支援の専門家や先輩ママと一緒にしゃべりしたり、お話を聞いてみませんか？



☎7月24日(水) 午前10時～正午 場 東区役所3階健康センター 題 講話「子どもさんとのかわり方～事業所の療育を通して思うこと～」 師 高田 規子さん(熊本県ひばり園) 対 小学生以下の子どもを持つ保護者 ※託児無・キッズコーナー有。 定 40人(先着順) 申 7月5日から電話で東区役所保健子ども課へ(東区役所保健子ども課 ☎367-9134)

東区の郷土料理スペシャリストを紹介します！

「郷土料理スペシャリスト」とは、食文化の継承を図り、日本食に対する興味や関心を高め、郷土料理の活性化に寄与することを目的とした資格で、県内では4人が認定されています。東区に住む食生活改善推進員、山崎尚子さんと柿内美芝さんは「郷土料理スペシャリスト」の認定を受け、食を通じた健康づくりの担い手として地域で活躍されています。お二人に今後の抱負を聞いてみました。



山崎さん:熊本の食材を使っただご汁やいきなりだんご等の郷土料理は、人々に明るさを届け、すこやかな子どもを育てると信じています。食育の3つの柱である「食を選ぶ力」「共食」「食と環境問題」を念頭に、「健康は私たちの手で」の思いで活動していきます。

柿内さん:郷土料理は日本食の原点であり、コミュニケーション作りの役割を担ってきました。これから一人でも多くの人に、土地の特性を生かした郷土料理とそれらにまつわるエピソード(由来や伝統)等を織り交ぜ伝承していきたいです。

(東区役所保健子ども課 ☎367-9134)

新しい自治会長さんです(4月26日までの届出) (敬称略)

- | | | | | |
|-------------|-------------|-------------|-------------|-----------------------|
| 郡 正博(泉ヶ丘2) | 藤本 信博(託麻東1) | 山本 繁喜(託麻北9) | 熊鞍 要助(桜木5) | 横山 高治(託麻西9) |
| 島本 鳳鳴(画図2) | 吉村 正三(託麻東7) | 菊池 学(健軍東2) | 光永 土範(託麻東5) | 片山 克己(託麻北7) |
| 田中 圭一(画図11) | 高崎 健(託麻西1) | 出田 明人(画図3) | 徳永 則昭(託麻東8) | 榎田 福尊(託麻北10) |
| 布花原 悟(画図14) | 坂田 隆之(託麻南2) | 萩野 和伸(画図13) | | (東区役所総務企画課 ☎367-9121) |